



REGLAMENT GENERAL MARXA PUIG RODÓ

La marxa del Puig Rodó, es realitzarà el diumenge 21 de maig de 2023, enguany serà la 24ena edició d'aquesta marxa tant popular en el municipi de Corçà.

Es realitzaran 3 rutes, de 20km (llarga), 10km (curta), 5km (mini).

INSCRIPCIONS:

Les inscripcions es realitzaran del 10 d'abril al 17 de maig i també el mateix dia 1 hora abans de l'inici de la marxa.

La recollida de polseres serà el mateix dia, abans de començar la marxa.

PUNT DE SORTIDA

Plaça del Firal

SORTIDA:

La sortida serà a partir de les 8h i és lliure per a tothom.

Avisem i informem que el recorregut llarg és orientat a corredors de curses de muntanya o gent amb un bon nivell de condició física. El recorregut curt, és orientat a qualsevol participant que hagi realitzat alguna altre marxa i el recorregut mini és orientat a famílies que vulguin realitzar la marxa amb nens petits.

AVITUALLAMENTS:

Hi haurà diversos punts d'avituellaments en els diferents recorreguts de la marxa. Un a la marxa mini i marxa curta i dos a la marxa llarga.

En els avituallaments hi haurà aigua i fruita.

ARRIBADA:

L'arribada serà també a la plaça del firal, dependrà de cada participant, amb un màxim de 5h, finalitzant la marxa a les 13h. En cas d'anar fora dels temps previstos, s'avisarà des dels avituallaments per tenir un control de la marxa i que ningú es quedi sense esmorzar o avituallament en els controls. Passat l'horari màxim establert, varies persones de l'organització faran la ruta de reconeixement, per veure que no hagi quedat ningú pel camí.

A l'arribada hi haurà la recollida d'entrepà, beguda i obsequi.

MASCOTES:

Es pot realitzar la marxa acompanyat de gos, però es obligatori portar-lo sempre lligat. Amb morrió només en cas de ser considerat un gos de raça perillosa.